

Präventionsmaßnahmen bei arbeitsbedingten muskuloskelettalen Beschwerden und ihre Evaluierung

G. Müller, Rückenzentrum Am Michel, Hamburg

Durch die Verbreitung von Arbeitsschutzmaßnahmen ließen sich die Verletzungen im Bereich des Bewegungsapparates innerhalb der letzten zwanzig bis dreißig Jahre deutlich reduzieren. Analog wurde versucht, die Schutzmaßnahmen auf die Vermeidung von Beschwerden und Erkrankungen im Bereich des Bewegungsapparates, insbesondere von wirbelsäulenbedingten Beschwerden anzuwenden.

Präventionsmaßnahmen am Arbeitsplatz sind zu unterscheiden hinsichtlich

- Art und Inhalt der Maßnahme (Verhaltens- oder Verhältnisprävention)
- dem Stadium der Problematik (Beseitigung von Risikofaktoren, Primär-, Sekundär-, Tertiärprävention)
- den Outcome-Kriterien (Bewegungsverhalten und Fitness, Schmerzintensität und -häufigkeit, funktioneller Status und Einsatzfähigkeit in Betrieb, Ausfallzeiten...)

Die Effektivität (effectiveness) einer Maßnahme ist abhängig von mehreren Faktoren, darunter

- ihrer Effizienz (efficacy), also ihrer Wirksamkeit unter idealen Bedingungen
- der Möglichkeit zur ausreichenden Teilnahme für die geplante Zielgruppe
- der tatsächlichen Inanspruchnahme
- der zuverlässigen Dokumentation der Outcome-Kriterien
- dem Verhältnis von Kosten und Nutzen.

Bei den arbeitsbedingten muskuloskelettalen Erkrankungen stehen die wirbelsäulenbedingten Beschwerden im Vordergrund.

Ergonomisch orientierte Maßnahmen, inklusive solcher zur Reduktion von körperlichen Belastungen am Arbeitsplatz oder der Versuch der Vermeidung von Risikofaktoren haben höchstens eine sehr begrenzte Wirksamkeit gezeigt (Yassi et al.), die Rückenschulen als bekanntestes und am weitesten verbreitetes Beispiel von Verhaltensprävention mit einem Schwerpunkt auf der Vermittlung "rückengerechten" Verhaltens haben sich als nicht wirksam herausgestellt (Daltroy et al.).

Aktuelle Entwicklungen fokussieren auf mehrdimensional orientierte Interventionen, Stärkung individueller Ressourcen und auf solche Maßnahmen, die gezielte Risikogruppen ansprechen.

Für die Umsetzung künftiger Präventionsmaßnahmen ist neben der adäquaten inhaltlichen Ausgestaltung vor allem die Entwicklung von Modellen zur angemessenen Kostenverteilung u.a. zwischen Betrieb, Krankenversicherung, Berufsgenossenschaft, Teilnehmereigenanteil wichtig.